

副論文要約

血友病患者に対するホームエクササイズが
身体機能と日常生活活動能力に及ぼす影響

The effect of home exercise program for patients with hemophilia.

学位の種類： 博士（理学療法学）

首都大学東京 人間健康科学研究科 博士後期課程

人間健康科学専攻 理学療法科学系

学修番号 08995603

氏 名： 後藤 美和 （指導教員名：新田 収）

キーワード(Key Words)：血友病性関節症(Hemophilic arthropathy), ホームエクササイズ(Home exercise), 身体機能(Physical function), 日常生活活動(Activities of daily Living), 身体活動量(Physical activity)

【目的】血友病患者に対するホームエクササイズ(HE)効果を検討すること。【方法】16-60 歳の血友病患者に HE を指導し, 12 週間の介入前後に身体機能評価と自記式質問紙調査を行った。HE は, 膝伸展筋力の強化と膝屈曲筋群の持続的伸張, 活動量計装着下での身体活動促進とした。評価項目は, 膝関節の屈曲と伸展の筋力と可動域, modified Functional Reach (mFRT), 10m 歩行, 3 分間歩行とした。調査項目は, 出血頻度と日常生活活動(ADL), 生活の質(HRQOL:SF36)とした。【結果】対象は 22 名で, 平均年齢 37.2 歳, 86.4%が重症(凝固因子活性 1%未満)であった。出血頻度の増加なく膝伸展筋力と膝伸展可動域, mFRT, 10m 歩行, 3 分間歩行, ADL, SF-36 の身体機能において有意な改善を得た。歩行エクササイズ量と 3 分間歩行変化量は有意に相関していた。【結論】HE により身体機能と ADL の改善を得た。身体機能の改善には, 身体活動量向上だけでなく, 個別の機能改善を目的としたエクササイズ指導が必要である。